



## PROGRAMMA ATTIVITÀ SOCIALI 2022-2023

Le attività della sezione sono rivolte a tutti i soci CAI, ovunque iscritti, in regola con la quota associativa in corso di validità. L'ammissione alle attività è subordinata all'insindacabile giudizio del responsabile dell'uscita, per quanto riguarda l'idoneità psico-fisica e tecnica.

**LA PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVITÀ COMPORTA L'ACCETTAZIONE DELLE NORME E LA CONOSCENZA DELLE CARATTERISTICHE TECNICHE DELL'ESCURSIONE. Si richiede una discreta preparazione fisica e tecnica.**

I programmi possono variare in funzione delle condizioni locali o meteorologiche ed i responsabili hanno facoltà di modificare la meta ed il percorso stabilito qualora si rendesse necessario.

Le iscrizioni potranno inoltre essere limitate per esigenze tecnico-organizzative. Le prenotazioni devono essere effettuate minimo **2 giorni prima** dell'escursione con conferma iscrizione ([info@caibardonecchia.it](mailto:info@caibardonecchia.it)). Saranno confermate e accettate in base all'ordine di iscrizione e alla preparazione del socio (con riserva di non accettare soci non adeguatamente preparati).

L'equipaggiamento deve essere adeguato alla tipologia dell'uscita, alla stagione e in buone condizioni; dove richiesto va integrato con quello specifico dell'attività proposta.

I partecipanti sono tenuti ad osservare le indicazioni dei Responsabili ed a tenere un comportamento confacente al buon andamento dell'escursione, contribuire alla sicurezza, rispettare le esigenze del gruppo e collaborare con gli Accompagnatori. Non sono consentite deviazioni di percorso se non avallate dal responsabile di gita. La comitiva deve restare sempre unita (salvo cause di forza maggiore) ed è fatto divieto di allontanarsi senza il consenso dell'accompagnatore.

Per ogni uscita sarà richiesto la presentazione dei moduli compilati **regolamento partecipazione uscite sociali**.

---

### CONTATTI

---

#### ★ CAI BARDONECCHIA

**Presidente: Piero SCAGLIA 3356768245**

Giorgio GAMBELLI Istruttore Nazionale Scialpinismo (INSA) e Istruttore Nazionale Alpinismo (INA) Ezio  
BOSCHIAZZO Accompagnatore Nazionale Escursionismo (ANE CAI) CONTATTI :  
[info@caibardonecchia.it](mailto:info@caibardonecchia.it) o [bardonecchia@cai.it](mailto:bardonecchia@cai.it) | Piazza Europa 8, Bardonecchia Facebook: CAI  
Bardonecchia

#### ★ CAI sotto-sezione SAUZE D'OULX

Reggente coordinatore: **Massimo PERRON** +39 3408783589 mail:

[max.perron71@gmail.com](mailto:max.perron71@gmail.com) - [sauzedoulx@caibardonecchia.it](mailto:sauzedoulx@caibardonecchia.it)

Facebook: CAI Sauze d'Oulx

---

#### SCUOLA CARLO GIORDA

La **Scuola Carlo Giorda** organizza annualmente corsi di:

- Cascate: arrampicata su cascate di ghiaccio, tecnica di progressione e conoscenza dell'attrezzatura.
- Sci alpinismo: tecniche di salita e discesa, sicurezza, scelta dell'itinerario e condotta della gita
- Alpinismo: progressione in cordata su roccia, neve e ghiaccio in montagna. Tecniche di assicurazione e di progressione.
- Arrampicata: tecnica di arrampicata su roccia in falesia, manovre di corda in sosta e su vie di più tiri.

<http://www.scuolacarlogiorda.it> [info@scuolacarlogiorda.it](mailto:info@scuolacarlogiorda.it) - **3470412145**

Con le guide dell'Alta Valle di Susa, *Follow the guide*, corso di scialpinismo, per maggiori informazioni, si prega di contattare Carlo GALLONE al **3288985067**

#### Tipologia di attività ed attrezzatura obbligatoria

Escursionismo	Alpinismo	Imbrago, casco, moschettoni, cordini; su ghiacciaio aggiungere ramponi e piccozza	
Ferrata	Imbrago, casco, kit ferrata, moschettoni, cordini	Scialpinismo	Pala, Sonda e ARTVA digitale
Ciaspole	Pala, Sonda e ARTVA digitale	Vita di sezione – Intersezionale	

## PROGRAMMA ATTIVITÀ SOCIALI

NOTA: dislivelli e quote sono indicativi e verranno meglio precisate nelle locandine delle uscite.

Data	Gita	Difficoltà	Tipologia	Accompagna	Dislivello	Quota partenza	Quota massima
<b>NOVEMBRE 2022</b>							
dom 27/11/22	Esercitazione ARTVA (ciaspole + skialp), tecnica di autosoccorso e sistemi di inversione e progressione in salita. <b>Obbligatoria per chi farà gite SKI-ALP / CIASPOLE</b>		● SKIALP	Gambelli			
<b>DICEMBRE 2022</b>							
gio 08/12/22	Esercitazione ARTVA (ciaspole + skialp), tecnica di autosoccorso e sistemi di inversione e progressione in salita. <b>Obbligatoria per chi farà gite SKI-ALP / CIASPOLE</b>		● SKIALP	Gambelli			
dom 11/12/22	Gita scialpinistica di media difficoltà	MS	● SKIALP	Gambelli			
lun 26/12/22	Anello del rif. Rey - Beaulard Chateau Rocher de la Garde rif. Rey Beaulard	MS	● SKIALP	Gambelli	840	1388	2228
<b>GENNAIO 2023</b>							
dom 01/01/23	Cima Saurel	MS	● SKIALP	Gambelli	1032	1419	2451
dom 22/01/23	Monte Giassiez da Val Thuras	MS	● SKIALP	Gambelli	1008	1580	2588
dom 29/01/23	Ciaspolata - destinazione da definire		● CIASPOLE	ISZ – Intersezionale			
<b>FEBBRAIO 2023</b>							
dom 12/02/23	Pas du Bonhomme - Valle Stretta	MS	● SKIALP	Gambelli	718	1765	2483
dom 19/02/23	Alpinismo Giovanile - destinazione da definire		● ALPINISMO GIOVANILE	ISZ – Intersezionale			
<b>MARZO 2023</b>							
dom 05/03/23	Punta Melmise	MS	● SKIALP	Gambelli	980	1330	2310
ven 10/03/23	TrekSkiAlp - Sicilia 10-11-12-13/03 Monte ETNA	BS	● SKIALP	Gambelli			3357
sab 11/03/23							
dom 12/03/23							
lun 13/03/23							
dom 26/03/23	Traversata Roi Mage	MS	● SKIALP				
<b>APRILE 2023</b>							
sab 29/04/23 dom 30/04/23	29-30/04 Monte Rosa (Punta Gnifetti - Capanna Margheroita)	BSA	● SKIALP	Gambelli			4559
<b>MAGGIO 2023</b>							
sab 06/05/23	Aggiornamento all'uso di piccozza e ramponi e sistemi di movimento e soccorso in ghiacciaio - Monte SISE		● ALPINISMO	Gambelli			

Data	Gita	Difficoltà	Tipologia	Accompagna	Dislivello	Quota partenza	Quota massima
dom 07/05/23	Alpinismo Giovanile - destinazione da definire		● ALPINISMO GIOVANILE	ISZ – Intersezionale			
sab 20/05/23	Giornata pulizia sentieri		● INSIEME	Dijaux			
dom 21/05/23	Festa Intersezionale		● INSIEME	ISZ – Intersezionale			
sab 27/05/23	Anello Chateau - Vazon – Cotolivier	E	● ESCURSIONE	Giordano	718	1397	2105
<b>GIUGNO 2023</b>							
ven 02/06/23	Aggiornamento all'uso di piccozza e ramponi e sistemi di movimento e soccorso in ghiacciaio - Monte SOMMELLIER		● ALPINISMO	Gambelli			
sab 03/06/23	Giornata pulizia sentieri		● INSIEME	Dijaux			
sab 10/06/23	Guglia di Mezzodi	EE	● ESCURSIONE	Giordano	1160	1450	2618
dom 11/06/23	Punta Merciantaira o Grand Glaiza da Grange Thuras	EE	● ESCURSIONE	Gambelli	1500	1948	3293
dom 25/06/23	Testa del RUTOR - Valle d'Aosta	F	● ALPINISMO	Gambelli	1650	1850	3486
<b>LUGLIO 2023</b>							
dom 09/07/23	Castore - Monte Rosa	F+	● ALPINISMO	Gambelli	1565	2672	4225
sab 15/07/23	Traversata Valle Stretta-Val Clarée (Colle Chardonnet - Laval)	E	● ESCURSIONE	Giordano	1040	1780	2828
dom 16/07/23	Pellegrinaggio al Tabor	EE	● ESCURSIONE	Dijaux	1409	3178	1796
ven 21/07/23	"I VENERDI DEL CAI" a Sauze d'Oulx		● CONFERENZA	Perron			
sab 22/07/23	Monte Giassiez, Cima Dorlier, anello con discesa nel bosco	EE	● ESCURSIONE	Perron	1027	1730	2757
sab 23/07/23	Monte Genevris (Faro degli Alpini)	E	● ESCURSIONE	Colamartino	748	1785	2533
ven 28/07/23	"I VENERDI DEL CAI" a Sauze d'Oulx		● CONFERENZA	Perron			
sab 29/07/23	Punta Clottesse	EE/F	● ESCURSIONE	Perron	872	2000	2872
dom 30/07/23	Traversata Chalet du Laval (Nevache) - Monte Tabor - Grange Valle Stretta	EE	● ESCURSIONE	Colamartino	1400	2020	3181
<b>AGOSTO 2023</b>							
ven 04/08/23	"I VENERDI DEL CAI" a Sauze d'Oulx		● CONFERENZA	Perron			
sab 05/08/23	Dormillouse, anello per Terra Nera	EE	● ESCURSIONE	Perron	1300	1657	2945
dom 06/08/23	Pierre Menue o Aguille de Scolette - Spigolo S/O	AD-	● ALPINISMO	Gambelli	1560	1974	3505
ven 11/08/23	"I VENERDI DEL CAI" a Sauze d'Oulx		● CONFERENZA	Perron			
sab 12/08/23	Rif. Vaccarone e Lago dell'Agnello	EE	● ESCURSIONE	Perron	900	1840	2743
dom 13/08/23	Gran Queyron e Cima Frappier dalla Valle Argentera	EE	● ESCURSIONE	Colamartino	1150	2100	3060
ven 18/08/23	"I VENERDI DEL CAI" a Sauze d'Oulx		● CONFERENZA	Perron			
sab 19/08/23	Laghi delle Monache	E	● ESCURSIONE	Perron	800	1760	2569
dom 20/08/23	Aiguillette du Lauzet - Via Ferrata	AD	● ESCURSIONE	Gambelli	400 + 600	2020	
ven 25/08/23	"I VENERDI DEL CAI" a Sauze d'Oulx		● CONFERENZA	Perron			
sab 26/08/23	Monte Chaberton	EE	● ESCURSIONE	Perron	1251	1880	3131
<b>SETTEMBRE 2023</b>							
sab 02/09/23	Traversata Val Clarée - Valle Stretta (Laramon - Pic Lac Blanc - Colle Vallone)	EE	● ESCURSIONE	Giordano	1190	1880	2981



CLUB ALPINO ITALIANO  
SEZIONE DI BARDONECCHIA  
SOTTOSEZIONE DI SAUZE D'OULX



Data	Gita	Difficoltà	Tipologia	Accompagna	Dislivello	Quota partenza	Quota massima
gio 07/09/23	Treck Escursionismo-Alpinismo in Valle Gesso 07-08-09-10/09 Giro dell'Argentera con salita alla punta Sud	EE + PD-	● ALPINISMO	Gambelli			3297
ven 08/09/23							
sab 09/09/23							
dom 10/09/23							
sab 16/09/23	Punta Nera (Valle Frejus - Valle Rho)	EE	● ESCURSIONE	Giordano	1440	1600	3040
dom 24/09/23	Alpinismo Giovanile - destinazione da definire		● ALPINISMO GIOVANILE	ISZ - Intersezionale			
sab 14/10/23	Giornata intersezionale dei sentieri		● INSIEME	ISZ - Intersezionale			
dom 15/10/23	Alpinismo Giovanile - destinazione da definire		● ALPINISMO GIOVANILE	ISZ - Intersezionale			
dom 05/11/23	Gita al mare intersezionale		● ESCURSIONE	ISZ - Intersezionale			